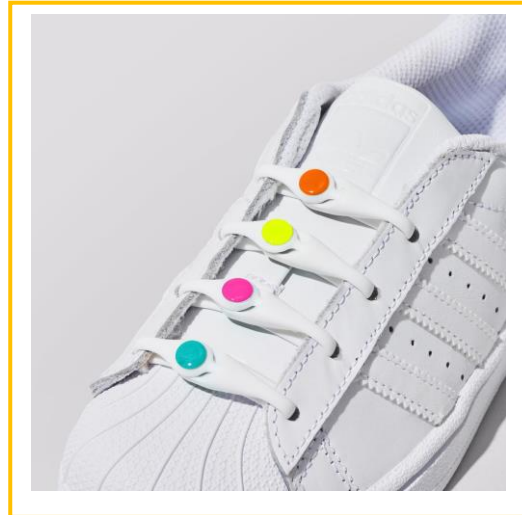




GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Careiau Hickies



Os oes gan eich esgidiau careiau, yna gallwch ddefnyddio'r system careiau HICKIES. Dim ots os oes gennych esgidiau tyllau llygaden traddodiadol neu ddolenni, mae opsiwn ar gael i chi. Ewch i'r wefan a gallwch ddod o hyd i fideos sy'n dangos i chi gam wrth gam sut i'w ffitio i mewn i'ch esgidiau a sut i'w haddasu. Unwaith y byddant wedi'u gosod nid oes angen cau neu agor unrhyw gareiau. Mae'r rhain yn dod mewn amrywiaeth o liwiau, gallwch hyd yn oed gymysgu a chyfateb.